

Jurnal Psiko-Edukasi, Mei 2017 (35-47)
ISSN: 1412-9310

Vol. 15, 2017

PENERIMAAN DIRI SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA BUKIT SION JAKARTA BARAT

EUNIKE CHRISTINA PRATISYA

Guru BK SMP Kristen Penabur Gading Serpong.

(Email: gemala.eunike@gmail.com)

Abstrak

Penerimaan diri adalah penilaian positif individu terhadap diri sendiri yang terkait mengenal dan menerima kelebihan dan kelemahan dirinya, serta memiliki keyakinan, tanggung jawab, dan kepuasan dalam dirinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penerimaan diri siswa Sekolah Menengah Pertama Bukit Sion Jakarta Barat tahun pelajaran 2015-2016. Metode pengumpulan data menggunakan skala penilaian yang digunakan untuk mengukur variabel penerimaan diri. Hasil ujicoba instrumen penerimaan diri terdiri dari 63 pernyataan yang valid. Hasil analisis menunjukkan bahwa siswa Sekolah Menengah Pertama Bukit Sion Jakarta Barat tahun pelajaran 2015-2016 sebanyak 54,19% termasuk dalam klasifikasi penerimaan diri cukup positif. Komponen pada variabel penerimaan diri yang memiliki skor tertinggi adalah komponen individu memiliki keyakinan, tanggung jawab, dan kepuasan dalam dirinya dan skor terendah pada komponen individu mampu mengenal kelebihan dan kelemahan yang ada dalam dirinya.

Kata kunci: menerima kelebihan dan kelemahan diri, memiliki keyakinan, tanggung jawab, dan kepuasan dalam diri.

Abstract

Self-acceptance is a positive assessment of the individual against himself, which is related to the recognition and acceptance of the strengths and weaknesses, as well as conviction, responsibility, and satisfaction. The purpose of this study is to look at self-acceptance of junior high school students in West Jakarta Bukit Sion 2015-2016 school year. The study used quantitative methods with descriptive research. The results of self-acceptance testing instrument revealed 63 valid statements. The analysis showed that junior high school students in West Jakarta Bukit Sion 2015-2016 school year included in the classification of self-acceptance was quite positive at 54.19%. The variable component of self-acceptance that had the highest score was the individual components such as confidence, responsibility, and satisfaction while the individual component like the ability to identify strengths and weaknesses received the lowest score.

Key word: acceptance of the strengths and weaknesses, conviction, responsibility, satisfaction.

PENDAHULUAN

Hakikat manusia diciptakan berbeda dengan makhluk hidup yang lainnya karena manusia memiliki kecerdasan dan kemampuan berpikir. Karakteristik lainnya bahwa manusia secara hakiki merupakan makhluk sosial. Manusia tidak dapat hidup seorang diri karena manusia membutuhkan bantuan dan interaksi dari orang lain untuk kelangsungan hidupnya. Individu mengalami banyak perubahan pada masa puber, antara lain perubahan terhadap keadaan fisik, sikap dan perilaku. Rasa malu mereka timbul dari kecemasan akan penilaian orang lain terhadap perubahan tubuh dan perilaku mereka (Hurlock, 1978). Setelah mencapai masa puber, penilaian negatif dari teman dan keluarga mengenai perubahan yang dialaminya seringkali membuat anak kurang percaya diri dan kurang menerima dirinya. Anak remaja yang tadinya sangat yakin pada diri sendiri bisa menjadi kurang percaya diri dan takut akan kegagalan karena menerima kritik yang bertubi-tubi datang dari orang tua dan teman-teman. Penilaian dan perlakuan kurang baik yang diterima Siswa dari teman dan lingkungannya saat masa remaja dapat mengakibatkan kurangnya penerimaan diri.

Informasi dari guru Bimbingan Konseling (BK) di sekolah mengenai beberapa masalah remaja yang terjadi di SMP Bukit Sion Jakarta Barat, diantaranya masalah yang dihadapi oleh BF. Saat ini BF duduk di kelas VIII SMP, BF mengalami masalah bersosialisasi dengan teman sekelasnya sejak kelas VII SMP. Saat kelas VII SMP hingga saat ini BF masih sering menggunakan perkataan dan perilaku yang kasar dengan teman sebayanya sehingga teman-temannya menjauhi BF. Perkataan kasar yang

dikeluarkan BF kepada temannya, antara lain kata kotor, merendahkan teman dengan menonjolkan kelebihanannya dalam bermain basket, dan mengancam teman, hal itu dilakukan agar BF bisa diterima dan diakui oleh teman-temannya. Perilaku kasar juga pernah dilakukan BF saat di kantin, ketika salah satu temannya ingin duduk di sampingnya dan meminta BF untuk bergeser, emosi BF segera naik dan langsung memukul temannya. Guru BK sudah melakukan konseling dengan BF secara berkala dan memanggil kedua orang tuanya. BF menyadari kesalahannya dan meminta maaf dengan temannya. Masalah kurangnya penerimaan diri juga terjadi di kelas lain yaitu masalah yang dihadapi LW. Perilaku anak-anak tersebut sering kali LW lakukan di dalam kelas selama proses belajar mengajar berlangsung. Hal tersebut yang membuat teman-teman kelasnya sering juga mengejek perilaku kekanak-kanakannya. Setiap kali temannya mengejek, LW langsung melaporkan hal tersebut ke guru BK, semakin sering ia diejek semakin sering juga ia melaporkan ke guru BK. LW berbicara bahwa dirinya merasa di bullying oleh teman-temannya dan LW merasa tidak suka temannya mengejek dia. Guru BK memanggil LW dan teman-teman LW yang mengejek. Guru BK membantu untuk menyelesaikan masalah yang terjadi, teman LW mengaku bahwa ia mengejek itu bercanda karena LW dianggap lucu seperti anak kecil, sedangkan LW merasa tidak nyaman dengan perkataan teman-temannya. Guru BK membimbing hingga antara LW dan teman-temannya berdamai.

Sekolah Bukit Sion Jakarta Barat memiliki visi dan misi; visi: bertumbuh bersama dalam satu hati dan misi: memberikan kesempatan kepada semua siswa untuk bertumbuh bersama dan mencapai kepenuhan potensi akademik, fisik, sosial, emosional, dan spiritual mereka.

Keterkaitan antara visi misi sekolah Bukit Sion Jakarta Barat dan perilaku BF terlihat bahwa sekolah memiliki harapan agar BF dapat bertumbuh bersama dengan teman-temannya dan memiliki potensi secara penuh dalam fisik, sosial, emosional, dan spiritualnya. Berdasarkan fenomena yang ada BF melakukan aktualisasi diri dengan penerimaan diri yang tinggi, hanya BF belum dapat menggunakan potensinya secara penuh. Fenomena yang lain juga melihat kurangnya penerimaan diri yang dialami LW, karena ejekan temannya yang membuatnya tidak nyaman. Melalui fenomena diatas, peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian dengan tema penerimaan diri Siswa Sekolah Menengah Pertama Bukit Sion Jakarta Barat.

KAJIAN TEORETIS

Penerimaan Diri

Menurut Ryff (1996), penerimaan diri adalah suatu keadaan dimana seseorang memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek baik dan buruk, dan merasa positif dengan kehidupan yang dijalannya. Selanjutnya Ryff (1996) menyatakan bahwa individu yang kurang menerima dirinya akan merasa tidak puas dengan dirinya, merasa kecewa dengan kehidupan yang telah dijalani, mengalami kesulitan dengan sejumlah kualitas pribadinya, dan ingin menjadi individu yang berbeda dengan dirinya saat ini. Menurut Maslow (dalam Schultz, 1991) orang-orang yang mengaktualisasikan diri dalam bentuk menerima diri sendiri, menyadari kelemahan dan kekuatan diri tanpa keluhan dan kesusahan. Menurut Chaplin (2004) penerimaan diri merupakan sikap yang mencerminkan perasaan seseorang sehubungan dengan kenyataan yang ada

pada dirinya sehingga individu yang menerima diri sendiri dengan baik akan mampu menerima kelemahan atau kelebihan yang dimiliki. Berdasarkan pendapat dari para tokoh, dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri adalah sikap positif individu yang mampu menerima kelebihan dan kelemahan yang dimiliki sehingga mampu bergaul dengan orang lain.

Menurut Jersild (1985) ciri-ciri individu dengan penerimaan diri adalah individu yang (1) memiliki penghargaan yang realistis terhadap kelebihan-kelebihan dirinya; (2) memiliki keyakinan akan standar-standar dan prinsip-prinsip dirinya tanpa harus diperbudak oleh opini individu-individu lain; (3) memiliki kemampuan untuk memandang dirinya secara realistis tanpa harus menjadi malu akan keadaannya; (4) mengenali kelebihan-kelebihan dirinya dan bebas memanfaatkannya; (5) mengenali kelemahan-kelemahan dirinya tanpa harus menyalahkan dirinya; (6) memiliki spontanitas dan rasa tanggung jawab dalam diri; (6) menerima potensi dirinya tanpa menyalahkan dirinya atas kondisi-kondisi yang berada di luar kontrol mereka; (7) tidak melihat diri mereka sebagai individu yang harus dikuasai rasa marah atau takut atau menjadi tidak berarti karena keinginan-keinginannya tapi dirinya bebas dari ketakutan untuk berbuat kesalahan; (8) merasa memiliki hak untuk memiliki ide-ide dan keinginan-keinginan serta harapan-harapan tertentu; dan (9) tidak merasa iri akan kepuasan-kepuasan yang belum mereka raih.

Hurlock (dalam Harum, 2011) mengemukakan faktor-faktor yang berperan dalam penerimaan diri yang positif sebagai berikut. (a) Adanya pemahaman tentang diri sendiri, hal ini dapat timbul dari kesempatan seseorang untuk mengenali kemampuan dan ketidakmampuannya.

Pemahaman diri dan penerimaan diri berjalan dengan berdampingan, maksudnya semakin orang dapat memahami dirinya, maka semakin dapat menerima dirinya; (b) adanya harapan yang realistik, hal ini bisa timbul bila individu menentukan sendiri harapannya dan disesuaikan dengan pemahaman mengenai kemampuannya, dan bukan diarahkan oleh orang lain dalam mencapai tujuannya; (c) tidak adanya hambatan didalam lingkungan, walaupun seseorang sudah memiliki harapan yang realistik, tetapi bila lingkungan disekitarnya tidak memberikan kesempatan atau bahkan menghalangi maka harapan orang tersebut tentu akan sulit tercapai; (d) sikap-sikap anggota masyarakat yang menyenangkan, tidak adanya prasangka, adanya penghargaan terhadap kemampuan sosial orang lain dan kesediaan individu untuk mengikuti kebiasaan lingkungan; (e) tidak adanya gangguan emosional yang berat, membuat individu dapat bekerja sebaik mungkin dan merasa bahagia; (f) pengaruh keberhasilan yang dialami, baik secara kualitatif maupun kuantitatif, keberhasilan yang dialami dapat menimbulkan penerimaan diri dan sebaliknya kegagalan yang dialami dapat mengakibatkan adanya penolakan diri; (g) identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik, mengidentifikasi diri dengan orang yang *Well adjusted* dapat membangun sikap-sikap yang positif terhadap diri sendiri, dan bertindak laku dengan baik yang bisa menimbulkan penilaian diri yang baik dan penerimaan diri yang baik; (h) adanya prespektif diri yang luas, perspektif diri yang luas yaitu memperhatikan juga pandangan orang lain tentang diri. Prespektif diri yang luas ini diperoleh melalui pengalaman dan belajar. Dalam hal ini usia dan tingkat pendidikan memegang peranan penting

bagi seseorang untuk mengembangkan prespektif dirinya; (i) pola asuh dimasa kecil yang baik, anak yang diasuh secara demokratis akan cenderung berkembang sebagai orang yang dapat menghargai dirinya sendiri; (j) konsep diri yang stabil, individu yang tidak memiliki konsep diri stabil misalnya, maka kadang individu menyukai dirinya, dan kadang ia tidak menyukai dirinya, akan sulit menunjukan pada orang lain siapa dirinya yang sebenarnya.

Karakteristik Perkembangan Sosio-emosional Remaja

Menurut Mappiare (1982) sikap (*attitude*) secara umum diartikan sebagai kesediaan bereaksi individu terhadap sesuatu hal. Sikap dapat diartikan sebagai kecenderungan yang relatif stabil yang dimiliki seseorang dalam mereaksi (baik reaksi positif maupun negatif) terhadap dirinya sendiri, orang lain, benda situasi atau kondisi sekitarnya. Pengertian ini jelas membedakan antara sikap dengan perasaan atau emosi. Perasaan atau emosi meliputi rasa senang - tidak senang, rasa benci - rasa sayang, rasa suka - rasa tidak suka, dan sebagainya yang relatif cepat berubah. Sikap, perasaan atau emosi telah ada dan berkembang semenjak individu bergaul dengan lingkungannya. Sebagai suatu produk dari lingkungan (lingkungan internal dan eksternal) yang juga berkembang, maka sudah tentu sikap, perasaan atau emosi itu juga berkembang. Sikap remaja awal yang berkembang, terutama menonjol dalam sikap sosial, terutama sikap sosial yang berhubungan dengan teman sebaya. Sikap positif remaja awal dengan teman sebaya berkembang pesat setelah remaja mengenal adanya kepentingan dan kebutuhan yang sama. Sikap solid atau "senasib sepenjuangan" dirasakan dalam kehidupan

kelompok baik dalam kelompok yang sengaja dibentuk maupun yang terbentuk dengan sendirinya.

Sikap penyesuaian diri (*conform*) dengan teman-teman sebaya selalu dipertahankan remaja, walaupun hal itu dapat menimbulkan pertentangan-pertentangan antara remaja dan orang tuanya akibat perbedaan nilai (*value*). Dalam hal ini Strang (dalam Mappiare, 1982) menyimpulkan bahwa konformitas *adolescence* (remaja) seperti dalam berpakaian menunjukkan keinginan mereka untuk diterima masuk sebagai anggota (*"to belong"*) dan rasa takut mereka dari ketidaksamaan atau terkucil (*"of being difference"*).

Remaja sangat peka terhadap ejek-ejekan yang dilontarkan pada diri mereka. Kesedihan yang sangat akan muncul, jika ejekan-ejekan itu datang dari teman-teman sebaya, terutama yang berlainan jenis. Sebaliknya, perasaan gembira biasanya akan nampak manakala si remaja mendapat pujian, terutama pujian terhadap diri atau hasil usahanya. Penampakan rasa gembira ini memang berbeda diantara para remaja, yang barangkali dipengaruhi oleh tipe kepribadian mereka masing-masing. Perasaan gembira yang didapat remaja akibat penghargaan terhadap diri dan hasil usahanya (prestasinya) memegang peranan penting dalam menumbuhkan rasa percaya diri mereka. Umumnya remaja dalam bertingkah-laku sangat dikuasai oleh emosinya. Kesempurnaan dalam kontrol emosi umumnya dicapai oleh remaja dalam tahapan akhir remaja awal. Penguasaan emosi yang terlatih sehingga mereka (remaja) dapat mengendalikan emosinya dapat mendatangkan kebahagiaan bagi remaja awal ini. Menurut Tennyson, (dikutip oleh Garrison, dalam Mappiare, 1982) bahwa kebahagiaan seseorang dalam hidup ini bukan karena tidak adanya bentuk-bentuk emosi

dalam dirinya, melainkan kebiasaannya memahami dan menguasai emosi-emosi atau nafsu-nafsunya.

Hurlock (dalam Mappiare, 1982) berpendapat bahwa pemuda remaja dapat menghilangkan "unek-unek" atau kekuatan-kekuatan yang ditimbulkan oleh emosi yang ada dengan cara mengungkapkan hal-hal yang menimbulkan emosi-emosi itu dengan seseorang yang dipercayainya. Menghilangkan kekuatan-kekuatan emosi terpendam tersebut disebut juga *"emotional catharsis"*. Peranan pendidik; guru terutama konselor sangat penting dalam hal ini, sebab mereka dapat melakukannya dengan penerimaan dan pemahaman dalam membantu kegiatan *"emotional catharsis"* tersebut.

METODE PENELITIAN

Populasi penelitian adalah siswa SMP Bukit Sion Jakarta Barat tahun pelajaran 2015-2016 terdiri dari tiga belas kelas (kelas VII, kelas VIII, dan kelas IX) dengan klasifikasinya empat kelas VII, lima kelas VIII, dan empat kelas IX. Peneliti mengambil sampel dengan menggunakan teknik *Cluster Random Sampling* terhadap 290 siswa SMP Bukit Sion. Peneliti memilih 66 siswa sebagai ujicoba secara acak dengan menggunakan undian dari tiga belas kelas. Kelas-kelas yang terpilih yaitu kelas VII - 1, VIII - 2, dan IX - 4. Saat ujicoba terdapat satu siswa kelas VIII - 2 yang tidak hadir, jadi sampel ujicoba berjumlah 65 siswa. Peneliti memilih 156 siswa sebagai data penelitian secara acak dengan menggunakan undian dari sepuluh kelas yang tidak ikut ujicoba. Saat pengambilan data penelitian terdapat satu siswa kelas VII - 4 yang tidak hadir, jadi berjumlah 155 siswa. Kelas-kelas yang terpilih yaitu kelas VII - 3, VII - 4, VIII - 1, VIII - 3, VIII - 4, IX - 2, IX - 3.

Variabel penelitian adalah penerimaan diri. Penerimaan diri adalah penilaian positif individu terhadap diri sendiri yang terkait mengenal dan menerima kelebihan dan kelemahan yang ada dalam dirinya, serta memiliki keyakinan, tanggung jawab, dan kepuasan dalam dirinya.

Analisis empiris dilakukan oleh peneliti dengan melakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen. Ujicoba dilakukan terhadap 65 siswa dan pengambilan data penelitian dilakukan terhadap 155 siswa SMP Bukit Sion. Peneliti melakukan ujicoba terhadap 65 siswa untuk mengetahui validitas pernyataan dan reliabilitas instrumen. Berdasarkan hasil ujicoba terdapat pernyataan valid dan tidak valid. Hasil ujicoba instrumen dari jumlah awal 80 pernyataan didapatkan 63 pernyataan yang valid pernyataan tidak valid sebanyak 17. Reliabilitas dari instrumen penerimaan diri sebesar 0,924. Instrumen yang valid diberikan kepada 155 siswa SMP Bukit Sion sebagai subjek penelitian.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis statistik mengenai kemampuan penerimaan diri siswa SMP Bukit Sion Jakarta Barat pada 155 siswa memiliki skor rata-rata sebesar 226,62 dan diketahui simpangan baku sebesar 25,242. Skor terendah yang didapatkan responden yaitu 164 dan skor tertinggi adalah 299. Peneliti mengklasifikasikan penerimaan diri dalam tiga kategori yaitu sangat positif, cukup positif, dan kurang positif. Klasifikasi variabel penerimaan diri terdapat pada tabel Distribusi Frekuensi Klasifikasi Penerimaan Diri di bagian lampiran.

Hasil analisis deskriptif pada variabel penerimaan diri didapatkan bahwa kemampuan

penerimaan diri siswa SMP Bukit Sion dalam kelompok skor kategori sangat positif sebanyak 71 siswa (45,81%), kategori cukup positif sebanyak 84 siswa (54,19%), dan tidak ada siswa yang memiliki kemampuan penerimaan diri yang kurang positif.

Berdasarkan klasifikasi kemampuan penerimaan diri siswa pada setiap kelas terlihat bahwa kemampuan penerimaan diri pada siswa kelas VII SMP Bukit Sion yaitu pada klasifikasi sangat positif sebanyak 5,16% dan cukup positif sebanyak 25,16%. Siswa kelas VIII memiliki kemampuan penerimaan diri sangat positif sebanyak 12,91% dan cukup positif sebanyak 27,74%. siswa kelas IX memiliki kemampuan penerimaan diri sangat positif sebanyak 13,55%, dan cukup positif sebanyak 15,48%.

Pada tabel di bawah analisis sub total rata-rata tiap komponen variabel penerimaan diri, antara lain komponen individu mampu mengenal kelebihan dan kelemahan yang ada dalam dirinya sebesar 541,46, komponen individu mampu menerima kelebihan dan kelemahan yang ada dalam dirinya sebesar 559,52, dan komponen individu memiliki keyakinan, tanggung jawab, dan kepuasan dalam dirinya sebesar 563,72. Komponen yang memiliki sub total rata-rata terendah yaitu komponen individu mampu mengenal kelebihan dan kelemahan yang ada dalam dirinya dengan skor 541,46. Komponen yang memiliki sub total rata-rata di atas total rata-rata adalah komponen individu memiliki keyakinan, tanggung jawab, dan kepuasan dalam dirinya dan komponen individu mampu menerima kelebihan dan kelemahan yang ada dalam dirinya. Pada komponen individu memiliki keyakinan, tanggung jawab, dan kepuasan dalam dirinya, indikator yang memiliki jumlah rata-rata di atas sub total rata-rata adalah

indikator memiliki kepuasan terhadap diri dan memiliki keyakinan terhadap diri, sedangkan pada komponen individu mampu menerima kelebihan dan kelemahan yang ada dalam dirinya, indikator yang memiliki jumlah rata-rata di atas sub total rata-rata adalah indikator menerima diri secara nyata dan menerima penghargaan terhadap kelebihan diri.

Berdasarkan klasifikasi variabel penerimaan diri, dalam kelompok skor sangat positif, cukup positif, dan kurang positif terlihat bahwa penerimaan diri yang dimiliki oleh siswa SMP Bukit Sion lebih banyak terdapat pada klasifikasi cukup positif. Kemampuan penerimaan diri yang cukup positif menunjukkan bahwa siswa SMP Bukit Sion cukup positif menilai dirinya. Hal ini sesuai dengan pengertian penerimaan diri yang dikemukakan oleh Ryff (1996), penerimaan diri adalah suatu keadaan dimana seseorang memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri mengakui dan menerima berbagai aspek baik dan buruk, serta merasa positif dengan kehidupan yang dijalaninya.

Hasil analisis distribusi skor rata-rata komponen variabel penerimaan diri terdapat dua komponen yang memiliki sub total rata-rata di atas total rata-rata yaitu komponen individu mampu menerima kelebihan dan kelemahan yang ada dalam dirinya dan komponen individu memiliki keyakinan, tanggung jawab, dan kepuasan dalam dirinya. Komponen yang memiliki sub total rata-rata di bawah total rata-rata yaitu komponen individu mampu mengenal kelebihan dan kelemahan yang ada dalam dirinya. Menurut Maslow (dalam Schultz, 1991) orang-orang yang mengaktualisasikan diri dalam bentuk menerima diri sendiri, menyadari kelemahan dan kekuatan diri tanpa keluhan dan kesusahan. Kesesuaian terkait dengan teori di atas yaitu siswa yang sangat

positif menilai diri akan dapat mengaktualisasikan dirinya di masa yang akan datang. Berdasarkan tabel distribusi skor rata-rata komponen variabel penerimaan diri setiap kelasnya terlihat bahwa setiap kelas komponen yang memiliki rata-rata skor di atas total rata-rata yaitu komponen individu memiliki keyakinan, tanggung jawab, dan kepuasan dalam dirinya. Indikator dalam komponen individu memiliki keyakinan, tanggung jawab, dan kepuasan dalam dirinya yang dominan yaitu memiliki keyakinan terhadap diri, memiliki rasa tanggung jawab terhadap diri, dan memiliki kepuasan terhadap diri. Pada indikator memiliki keyakinan terhadap diri terlihat salah satunya bahwa siswa yakin dapat naik kelas, pada indikator memiliki rasa tanggung jawab terhadap diri salah satunya adalah siswa berperilaku yang disukai oleh teman, sedangkan indikator memiliki kepuasan terhadap diri terlihat salah satunya bahwa peduli ketika ada teman yang membutuhkan pertolongan. Hal ini menunjukkan siswa memiliki kemampuan bersosialisasi dengan lingkungannya sesuai dengan salah satu sikap remaja awal menurut Mappiare (1982) yaitu sikap remaja awal yang berkembang, terutama menonjol dalam sikap sosial, lebih-lebih sikap sosial yang berhubungan dengan teman sebaya.

Ketidakpercayaan diri dan ketidakpuasan serta pengaruh lingkungan yang negatif dapat menyebabkan kurangnya penerimaan diri. Menurut Ryff (1996) menyatakan bahwa individu yang kurang menerima dirinya akan merasa tidak puas dengan dirinya, merasa kecewa dengan kehidupan yang telah dijalani, mengalami kesulitan dengan sejumlah kualitas pribadinya, dan ingin menjadi individu yang berbeda dengan dirinya saat ini. Sesuai dengan pernyataan di atas kurangnya penerimaan diri akan berpengaruh terhadap

kualitas dan pandangan pribadinya. Indikator lain yang kurang dominan pada komponen individu memiliki keyakinan, tanggung jawab, dan kepuasan dalam dirinya adalah memiliki kecakapan emosi dalam diri dan memiliki keinginan dan harapan dalam diri. Pada indikator memiliki kecakapan emosi terlihat salah satunya bahwa siswa di setiap kelasnya berani saat berbicara di depan kelas, sedangkan indikator memiliki keinginan dan harapan dalam diri terlihat salah satunya bahwa siswa di setiap kelasnya suka mencoba hal-hal baru yang berguna untuk mengasah kemampuan diri. Selain hal di atas, pola asuh orang tua juga mempengaruhi penerimaan diri. Hurlock, 1974 (dalam Harum, 2011) mengemukakan salah satu faktor yang berperan dalam penerimaan diri yang positif yaitu anak yang diasuh secara demokratis akan cenderung berkembang sebagai orang yang dapat menghargai dirinya sendiri.

Siswa pada klasifikasi sangat positif dalam wawancara tidak terstruktur menjelaskan kehidupannya di rumah, yaitu orang tua mereka memberikan kepercayaan dan kebebasan salah satunya dalam hal melakukan tugas dan tanggung jawabnya. Kepercayaan yang diberikan orang tua membuat rasa percaya siswa semakin meningkat dan lebih mandiri, sedangkan pola asuh orang tua pada siswa yang berada pada klasifikasi cukup positif, orang tua sulit memberikan kepercayaan kepada anaknya. Menurut Malpiare (1982), remaja berusaha bersikap sesuai dengan norma-norma kelompoknya. Sikap penyesuaian diri (*conform*) dengan teman-teman sebaya selalu dipertahankan remaja, walaupun hal itu dapat menimbulkan pertentangan-pertentangan antara remaja dan orang tuanya akibat perbedaan nilai (*value*). Pertentangan-pertentangan yang terjadi

dan kebebasan yang dibatasi atas dasar ketidakpercayaan orang tua dengan anak menyebabkan anak menjadi tidak berani mengungkapkan pendapat dan tidak mandiri.

Komponen yang kurang dominan berdasarkan distribusi skor variabel penerimaan diri yaitu komponen individu mampu mengenal kelebihan dan kelemahan yang ada dalam dirinya. Komponen individu mampu mengenal kelebihan dan kelemahan yang ada dalam dirinya memiliki indikator dominan yaitu indikator mengenal kelebihan dan indikator mengenal kelemahan yang ada dalam diri. Indikator mengenal kelebihan yang ada dalam diri salah satunya terlihat bahwa siswa merasa senang bila bisa mengerjakan ujian sendiri dan berani berbicara di depan kelas. Siswa yang memiliki dan memendam rasa khawatir akan nilai maupun perilaku yang sesuai dengan orang lain dalam waktu lama, akan menyalahkan diri sendiri ketika tidak sesuai dengan yang diharapkan. Sehubungan dengan usaha ketenangan atau kedamaian, Hurlock (dalam Mappiare, 1982) berpendapat bahwa pemuda remaja dapat menghilangkan "unek-unek" atau kekuatan-kekuatan yang ditimbulkan oleh emosi yang ada dengan cara mengungkapkan hal-hal yang menimbulkan emosi-emosi itu dengan seseorang yang dipercayainya. Masukan yang diperoleh dari orang yang dipercayai akan membantu dalam meningkatkan penerimaan diri siswa.

Selain itu, keberhasilan juga dapat membantu seperti yang diungkapkan Hurlock (dalam Harum, 2011) mengenai salah satu faktor yang berperan dalam penerimaan diri yang positif, yaitu pengaruh keberhasilan, baik secara kualitatif maupun kuantitatif. Keberhasilan yang dialami dapat menimbulkan penerimaan diri dan sebaliknya kegagalan yang dialami dapat mengakibatkan

adanya penolakan diri. Oleh sebab itu, peran pendidik yaitu guru bidang studi dan guru BK memiliki peranan penting dalam membimbing siswa agar memiliki penerimaan diri yang positif.

Komponen individu mampu mengenal kelebihan dan kelemahan yang ada dalam dirinya memiliki indikator kurang dominan yaitu indikator mengenal kelemahan yang ada dalam diri. Indikator mengenal kelemahan yang ada dalam diri salah satunya terlihat bahwa siswa berani bertanya di dalam kelas pada mata pelajaran yang kurang dipahami. Hal ini berkaitan dengan teori yang dikemukakan oleh Hurlock, 1974 (dalam Harum, 2011) mengenai salah satu faktor yang berperan dalam penerimaan diri yang positif yaitu adanya pemahaman tentang diri sendiri. Pemahaman diri dan penerimaan diri berjalan dengan berdampingan, maksudnya semakin orang dapat memahami dirinya dan mengetahui kelemahannya, maka semakin dapat menerima dirinya.

Menurut Jersild (1963), ciri-ciri individu dengan penerimaan diri adalah memiliki kemampuan untuk memandang dirinya secara realistis tanpa harus menjadi malu akan keadaannya dan mengenali kelemahan-kelemahan dirinya tanpa harus menyalahkan dirinya. Siswa yang berada pada klasifikasi sangat positif bisa menerima kelemahan yang ada tanpa menyalahkan diri atau keadaannya. Selanjutnya Ryff (1996) menyatakan bahwa individu yang kurang menerima dirinya akan merasa tidak puas dengan dirinya, merasa kecewa dengan kehidupan yang telah dijalani, mengalami kesulitan dengan sejumlah kualitas pribadinya, dan ingin menjadi individu yang berbeda dengan dirinya saat ini. Siswa perlu meningkatkan penerimaan diri pada masa remaja ini dengan memiliki pandangan positif terhadap dirinya sendiri yaitu siswa dapat menerima

kelebihan dan kelemahan secara realistis. Hal ini sesuai dengan pengertian yang dikemukakan Chaplin (2004) bahwa penerimaan diri merupakan sikap yang mencerminkan perasaan seseorang sehubungan dengan kenyataan yang ada pada dirinya sehingga individu yang menerima diri sendiri dengan baik akan mampu mengenal, menerima kelemahan atau kelebihan yang dimiliki, serta memiliki keyakinan, tanggung jawab, dan kepuasan dalam dirinya. Kemampuan mengenal, menerima kelebihan dan kelemahan diri sendiri, serta memiliki keyakinan, tanggung jawab, dan kepuasan dalam dirinya dapat membuat siswa menjalani kehidupannya dengan lebih positif dan memiliki interaksi sosial dengan lebih baik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Pertama, hasil penelitian penerimaan diri siswa SMP Bukit Sion Jakarta Barat termasuk dalam klasifikasi cukup positif. Siswa dalam klasifikasi cukup positif yaitu 84 siswa dengan persentase 54,19% dan siswa dalam klasifikasi sangat positif sebanyak 71 siswa dengan persentase 45,81% serta tidak ada (0%) siswa dalam klasifikasi kurang positif.

Kedua, berdasarkan distribusi skor rata-rata komponen variabel penerimaan diri diketahui bahwa komponen yang dominan dialami oleh siswa SMP Bukit Sion adalah komponen individu mampu menerima kelebihan dan kelemahan yang ada dalam dirinya dan komponen individu memiliki keyakinan, tanggung jawab, dan kepuasan dalam dirinya. Indikator yang memiliki jumlah rata-rata di atas sub total rata-rata pada komponen individu mampu menerima kelebihan dan kelemahan yang ada dalam dirinya yaitu

indikator menerima penghargaan terhadap kelebihan diri dan menerima diri secara nyata. Penerimaan diri siswa SMP Bukit Sion salah satunya terlihat siswa menerima penghargaan terhadap kelebihan dirinya dalam hal bangga pada nilai di semester ganjil dan mampu mengerjakan ujian sekolah sendiri. Indikator yang memiliki jumlah rata-rata di atas sub total rata-rata pada komponen individu memiliki keyakinan, tanggung jawab, dan kepuasan dalam dirinya yaitu indikator memiliki keyakinan terhadap diri, memiliki rasa tanggung jawab terhadap diri, dan memiliki kepuasan terhadap diri.

Ketiga, komponen yang kurang dominan adalah komponen individu mampu mengenal kelebihan dan kelemahan yang ada dalam dirinya. Indikator yang memiliki jumlah rata-rata di bawah sub total rata-rata pada komponen individu mampu mengenal kelebihan dan kelemahan yang ada dalam dirinya yaitu indikator mengenal kelemahan yang ada dalam diri.

Saran

Pertama, Kepala Sekolah diharapkan dapat bekerjasama dengan guru-guru untuk meningkatkan penerimaan diri siswa yang berada pada kategori cukup positif. Beberapa cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkannya yaitu memberikan kesempatan kepada seluruh siswa SMP Bukit Sion untuk menunjukkan dan mengembangkan kemampuan sesuai dengan bakat dan karakter siswa SMP Bukit Sion serta memberikan seminar yang berkaitan dengan pengembangan diri dan dilakukan secara rutin untuk memantau perkembangan siswa selama masa studinya.

Kedua, guru-guru SMP Bukit Sion Jakarta Barat dapat mempertahankan penerimaan diri

siswa-siswi yang berada pada kategori sangat positif dan meningkatkan penerimaan diri siswa yang berada pada kategori cukup positif. Mempertahankan dan meningkatkan penerimaan diri dengan cara memberikan kesempatan kepada setiap siswa untuk mengutarakan pendapatnya dan menggunakan kemampuannya dalam proses belajar mengajar.

Ketiga, guru Bimbingan Konseling SMP Bukit Sion Jakarta Barat dapat memberikan layanan pribadi atau kelompok berkaitan dengan meningkatkan dan mempertahankan penerimaan diri siswa. Memberikan informasi baik secara klasikal maupun personal mengenai pengertian, ciri-ciri, dan pengaruh penerimaan diri dalam kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2007). *Dasar-dasar evaluasi pendidikan*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Chaplin, C. P. (1989). *Kamus lengkap psikologi*. Jakarta: Rajawali Press.
- Darmawan, Y. Y. (2010). *Hubungan antara kecerdasan emosional dan penerimaan diri para siswa SMP Negeri 250 Jakarta Selatan*. Skripsi Sarjana, tidak diterbitkan. Jakarta: Fakultas Pendidikan dan Bahasa Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya.
- Dewi, R. K. (2016). *Distribusi frekuensi*. Diunduh dari http://www.academia.edu/5806339/DISTRIBUSI_FREKUENSI pada tanggal 4 April 2016.

- Hardoko, E. (2016). *Anaknya kerap di- "bully" di sekolah, seorang ibu lapor polisi*. Diunduh dari <http://regional.kompas.com/read/2016/01/07/21524421/Anaknya.Kerap.Di-Bully.di.Sekolah.Seorang.Ibu.Lapor.Polisi/> pada tanggal 8 Januari 2016.
- Harum, A. (2011). *Pemahaman dan penerimaan diri secara objektif dan konstruktif (kelemahan kelebihan: fisik dan psikis)*. Diunduh dari <https://bukunnq.wordpress.com/4-pemahaman-dan-penerimaan-diri-secara-objektif-dan-konstruktifkelemahan-kelebihan-fisik-dan-psikis/> pada tanggal 12 Februari 2016.
- Hjelle, L. A., & Ziegler, D. J. (1992). *Personality theories: basic assumptions, research, and applications (third edition)*. New York: McGraw-Hill, Inc.
- Hurlock, E. B. (1978). *Perkembangan anak jilid 1 (edisi keenam)*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (1978). *Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (edisi kelima)*. Jakarta: Erlangga.
- Jersild, A. T. (1985). *The psychology of adolescence*. New York: MC Millan Company.
- Mappiare, A. (1982). *Psikologi remaja*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Ningrum, M. K. A. (2015). *Gambaran kemampuan resiliensi mahasiswa angkatan 2013 fakultas pendidikan dan bahasa universitas katolik Indonesia atma jaya jakarta dalam menghadapi stres akademik*. Skripsi Sarjana, tidak diterbitkan. Jakarta: Fakultas Pendidikan dan Bahasa Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya.
- Powell, J. SJ. (1992). *10 Laku hidup bahagia*. Yogyakarta: Kanisius.
- Ryff, C. D. (1996). *Psychological well being*. Encyclopedia of gerontology. Vol. 2. Madison: Academic Press, Inc.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: perkembangan remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Schultz, D. (1991). *Psikologi pertumbuhan: model-model kepribadian sehat*. Yogyakarta: Kanisius.
- Sudarnoto, L. F. N. (2007). *Diktat metodologi penelitian*. Jakarta: FKIP Unika Atma Jaya.
- Suryabrata, S. (2010). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Uyanto, S. S. (2006). *Pedoman analisis data dengan SPSS*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Lampiran

Tabel Distribusi Frekuensi Klasifikasi Penerimaan Diri

Kelompok skor	Klasifikasi	Frekuensi	Persentase
231 - 315	Sangat positif	71	45,81
147 – 230	Cukup positif	84	54,19
63 - 146	Kurang positif	-	-
Total		155	100

Tabel Distribusi skor rata-rata komponen variabel penerimaan diri

Komponen	Indikator	Jumlah Pernyataan	Total Skor Pernyataan	Rata-rata Skor
A. Individu mampu mengenal kelebihan dan kelemahan yang ada dalam dirinya	A.1.Mengenal kelebihan yang ada dalam diri	11	6033	548,45
	A.2.Mengenal kelemahan yang ada dalam diri	2	1006	503
Sub total rata-rata		13	7039	541,46
B. Individu mampu menerima kelebihan dan kelemahan yang ada dalam dirinya	B.1.Menerima penghargaan terhadap kelebihan diri	7	3932	561,71
	B.2.Menerima diri secara nyata	7	4046	578
	B.3.Menerima potensi yang ada dalam diri	3	1534	511,33
Sub total rata-rata		17	9512	559,52
C. Individu memiliki keyakinan, tanggung jawab, dan kepuasan dalam dirinya	C.1.Memiliki keyakinan terhadap diri	5	2959	591,8
	C.2.Memiliki rasa tanggung jawab terhadap diri	8	4466	558,25
	C.3.Memiliki kepuasan terhadap diri	6	3622	603,66
	C.4.Memiliki kecakapan emosi dalam diri	7	3884	554,85
	C.5.Memiliki keinginan dan harapan dalam diri	7	3672	524,57
Sub total rata-rata		33	18603	563,72
Total rata-rata		63	35154	558